

# NOUVELLES SANTÉ JEUNESSE



## Bienvenue !

L'hiver approche. L'arrivée des temps froids amène ses défis, dont la montée probable des virus respiratoires. En effet, les gens passent plus de temps dans des endroits fermés et mal aérés quand il fait froid, ce qui aide les virus à se propager. Vous trouverez dans cette infolettre des conseils pour bien vous préparer à la période hivernale, aux virus respiratoires, ainsi qu'aux temps plus froids. Bonne lecture!

## Froid

Jouer dehors est bénéfique pour les enfants toute l'année, même l'hiver. Par contre, en cas de grand froid (température ressentie de  $-27^{\circ}\text{C}$  ou moins), ou si on ne pense pas pouvoir rester au chaud, il vaut mieux rester à l'intérieur. Si vous devez sortir en période de grand froid, voici des recommandations pour limiter les risques (pour les enfants comme les adultes) :

- Rappelez-vous que les jeunes enfants sont plus sensibles au froid. Portez une attention particulière aux poussettes, qui sont immobiles.
- Ayez la peau, les cheveux et les vêtements secs.
- Habillez-vous chaudement en portant plusieurs couches de vêtements et couvrez bien les extrémités de votre corps (tête, visage, mains et pieds).
- Ne restez pas immobile.
- Mettez-vous à l'abri du vent.
- Entrez au chaud lorsque vous en sentez le besoin.

En cas de panne d'électricité, n'utilisez **JAMAIS** à l'intérieur des appareils conçus pour l'extérieur (ex. : barbecue, brasero, appareils au gaz ou au mazout).

Pour plus d'informations sur le froid et comment s'y préparer, consultez [Prévenir les effets du froid](#).

## Rapport de la directrice

Le rapport de la directrice de santé publique de Montréal, intitulé *La santé et le développement des enfants montréalais - Citoyens du monde d'aujourd'hui et de demain*, vient d'être lancé. Consultez-le ici : [version complète](#) ou [version synthèse](#)

## Rhume ou grippe?

... Ou autre infection respiratoire?

Ces deux infections sont souvent confondues, mais il y a une distinction.

Le rhume peut être causé par plusieurs virus. Il est généralement peu sévère et sans fièvre. Les complications sont rares.

La grippe, elle, est causée par le virus de l'influenza. Les symptômes apparaissent souvent rapidement et sont plus forts que ceux du rhume. Elle peut être plus sérieuse et entraîner des complications.

D'autres virus respiratoires seront sûrement très présents cet hiver. L'infection au virus respiratoire syncytial (VRS) ressemble à un rhume chez l'adulte, mais peut être très grave pour les bébés, surtout avant l'âge de 6 mois. La COVID-19 est aussi encore bien présente.

La campagne de vaccination saisonnière contre les virus respiratoires est en cours. Pour plus d'informations, consultez [Vaccination saisonnière contre les virus respiratoires](#).

Pour prendre rendez-vous, c'est ici : [Clic Santé](#).

[Une nouvelle affiche](#) est disponible pour les murs de vos établissements. Vous y trouverez des informations sur les infections respiratoires et les meilleurs moyens de s'en protéger. Pour des informations plus détaillées et la version anglaise de l'affiche, consultez [Infections respiratoires chez l'adulte et chez l'enfant : Quoi savoir et quoi faire?](#)



## COVID-19

et tests rapides

Les recommandations à appliquer dans un milieu scolaire ou un milieu de garde sont les mêmes pour la COVID-19 que pour l'ensemble des infections respiratoires. L'offre de tests rapides de dépistage de la COVID-19 aux milieux est terminée pour le moment. En présence de symptômes, un test de dépistage de la COVID-19 est recommandé seulement dans certaines situations particulières. Pour plus d'informations, consultez [Tests rapides de dépistage de la COVID-19 \(Québec.ca\)](#).

Les recommandations en cas de COVID-19 ou d'autres infections respiratoires se trouvent sur la page [Gestes pour limiter la transmission de maladies respiratoires infectieuses](#).



## Pour consulter nos campagnes et nos outils, visitez notre page web

### Coqueluche

La coqueluche est bien présente au Québec, y compris à Montréal. Il s'agit d'une maladie très contagieuse. Elle est souvent grave chez les jeunes bébés. Que connaissez-vous de la coqueluche?

Consultez notre campagne de promotion de la vaccination contre la coqueluche : Personnes enceintes et parents de jeunes enfants.



### Infos en vrac

- La DRSP débutera bientôt un projet-pilote pour tester une nouvelle méthode de collecte des informations sur la vaccination des tout-petits. Des milieux de garde seront contactés.
- Rappel : Il existe d'autres options que l'urgence! Pour plus d'informations, consultez *Infections chez l'enfant : Quand et où consulter?*
- Consultez le nouvel article de la revue Bye-Bye les microbes, édition spéciale ORL ici : Bye Bye les microbes!



### Besoin de soutien en prévention et contrôle des infections (PCI)?

Milieux de garde : Contactez la brigade PCI de votre territoire.

Les coordonnées des brigades PCI des CIUSSS ont été retirées de cette version publique de notre infolettre. Merci de ne pas les partager à la population.

Milieux scolaires : Contactez votre infirmière scolaire.



Nos coordonnées ont été retirées de cette version publique de notre infolettre. L'infolettre et les informations qu'elle contient sont destinés à nos partenaires. Merci de ne pas partager nos coordonnées.



Cette infolettre ainsi que les coordonnées qu'elle contient sont destinées à nos partenaires. Ne pas partager à la population.